

社会支持理论视域下 留守经历大学生人际关系探究

●徐振轩

摘要 通过对有过留守经历的大学生开展实证调研,分析留守经历大学生人际关系特征,并对留守经历大学生人际关系社会支持系统进行回溯性归因研究,分别从理性情绪治疗、近端情感呵护以及远端支撑环境等方面,提出完善大学生社会支持系统、改进留守经历大学生人际关系的初步策略。

关键词 大学生;人际关系;留守经历;社会支持系统

作者 徐振轩,安徽广播影视职业技术学院党委副书记、副院长、副教授 (合肥 230011)

留守经历是社会发展特殊时期的产物,对许多人的际交往产生深远影响。大学生活是个体从学校向社会过渡的跳板,大学生人际关系和睦与否直接影响其能否顺利步入社会并建立良好的职场关系。拉姆瑟(Ramsey)认为:“大学生活可能是一生当中压力最大的几年。”^[1]对有过留守这一特殊经历的大学生而言,面对社会竞争日益加剧、内外环境复杂变化的境遇,如何完善现有社会支持系统,在提升学业水平和职业能力的同时,建立和谐的人际关系,增强社会适应能力,具有十分重要的意义。

一、调查情况概述

安徽省历来是农民工输出大省,也是留守儿童大省。随着高等教育大众化,越来越多留守儿童进入大学,高等职业院校中具有留守经历的学生占比很高。因此,调查组在安徽省合肥市某综合性高等职业院校学生中开展随机调查,利用3年时间,对留守经历(14岁及之前,父母双方或一方外出务

工,并与父母分开居住1年以上)和非留守经历大学生统一进行测试,每年调查300人。经整理,最终共获得有效问卷878份,有效回收率97.6%。其中有留守经历大学生720人,占总调查人数的82%。调查组对有效问卷数据采用SPSS软件进行统计处理,根据SPSS对问卷Cronbach α 信度与半信度分析,数据均在0.8—0.9,问卷的稳定性达到了测量的基本要求;问卷的效度采用了相关矩阵的因素分析法,各指标之间的相关系数在0.01—0.2,相关系数极低,表明各问题重复的可能性很小,能够有效覆盖要测量的内容。此外,调查组深度访谈了150人(其中约有98%的学生有过留守经历),了解留守经历大学生儿时及现阶段生活状态,深入挖掘了定性分析资料。

二、留守经历对大学生现阶段人际交往的影响

(一) 人际信任度整体水平较高

信任对人与人之间交往的重要性不言而喻。信任是和谐、健康的人际关系的基础。调查表明,留

本文系2016年度安徽省高校人文社科重点项目“思想政治教育‘校企家团友’五位一体育人模式研究”(编号SK2016A0508)的研究成果。

守经历大学生具有建立良好人际关系的潜力和条件。现阶段相互信任度高达 71%，比成年人之间的信任度要高。存在不信任的情况约占 29%，其中已信人、人不信己为 19%，人信己、己不信人约 6%，处于“互不信任”状态的人群仅为 4%。

（二）人际自我效能感不容乐观

美国心理学家阿尔伯特·班杜拉（Albert Bandura）认为，自我效能感是指人们对自己实现特定领域行为目标所需能力的信心或信念。^[2] 调查表明，留守经历大学生对人际关系的自我感受状况不容乐观。有 18% 的群体常常觉得受到了冷落，而“无感觉”的占到了 54%， “受欢迎的”仅占 28%。这说明对大多数留守者而言，冷淡是他们对人际关系最直接、最深刻的感触。这种感触会唤起曾经留守的孤独经历，弱化其在大学校园开展人际交往的积极性，导致人际交往的“亚健康”状态。

（三）人际交往认知不成熟

留守经历大学生大多处在 18—20 岁的年纪，其“三观”尚未定型，没有深刻意识到人际关系对一个人成长、成功的意义。不少人认为，只要自己有水平和能力，就可以不用求人，甚至认为搞人际关系就是不正当的行为，是在向别人献殷勤、巴结和讨好。调查表明，不少留守经历大学生在人际交往过程中顾虑重重，虽然渴望与他人建立良好人际关系，但由于担心被拒绝而却步，他们的内心是警觉而敏感的。舒茨（W Schutz）的人际关系三维理论表明，儿童期人际间包容与情感的需要是通过与父母、同伴之间的正常交往得以满足的。^[3] 如果留守经历大学生的心理需要得不到满足，就容易产生焦虑，倾向于形成人际交往的疏离，摆脱相互作用而与他人保持距离，拒绝参加群体活动，避免亲密的人际关系。访谈发现，有明显特征的个案往往走向两个极端，或者过高评价自己，孤芳自赏，或者自我评价过低，妄自菲薄，破罐破摔。

（四）人际交往虚拟化倾向

留守经历大学生中“宅男宅女”占比更高，除了上课、吃饭等必要的活动，他们更喜欢呆在宿舍；相比于参加社团或文体活动，他们更倾向于将

时间、情感与精力寄托于虚拟的网络社会中，如，浏览新闻、看电影、打游戏、刷微博、发微信朋友圈、聊天晒心情等。究其原因，主要是虚拟网络中的消遣和交往要放松得多，没有那么多压力、顾虑与约束，也不用担心现实责任与后果。

（五）人际交往呈现被动性

有研究表明，如果儿童早期成长于既有约束又有自由的民主型教养氛围当中，就会形成既乐于顺从又能够支配的人际关系行为倾向，从而顺利解决人际关系中支配与控制的问题。对留守经历大学生交友范围及交往形式的调查结果表明，这一群体的交际范围往往局限于班级、专业和系部内比较熟悉的人，而且在交往中以服从型为主，甘愿做配角，拒绝支配别人。他们对同学、教师交办的事务尽心尽力，做事认真，但不擅长主动请缨，也不喜欢到更大范围的人群中进行交流分享。他们的人际圈子主要以学习为中心，较少涉及娱乐消遣类的社交圈。回溯性的访谈调查结果显示，绝大多数留守者在儿童期基本处于放任式的无管束状态。

三、留守经历大学生人际关系归因分析

调查组借用赖特·米尔斯（C. Wright Mills）社会学想象力的观点，将留守经历大学生的人际关系特征这一社会现象放在社会支持系统的大环境里，采用回溯性视角开展归因分析。

关于社会支持的界定，学术界并没有定论。迄今为止，社会学家、心理学家、社会精神病学家纷纷从不同视角进行相应阐述，但社会支持系统作为一种动态、多维度的人际关系系统已成共识。雷鹏、陈旭等人认为，社会支持系统是由个体自身、与个体日常生活紧密接触的近端支持以及与个体有直接或间接联系的远端支持三部分构成，这些支持能被个体所感知、评价和利用。^[4] 其中，近端支持主要包括紧密接触开展直接交流的抚养人、家庭成员、教师、同伴、邻居等；远端支持既包括在外务工的父母亲人和 社会慈善组织等直接支持，又包括国家法律法规、政府动员、企业帮扶、社区环境等间接支持。近远端支持既包含支持源，又包含支持环境和支持活动，它与留守者之间是否形成适当的

支持关系，是对留守者过去以及现在的人际关系产生有利或不利影响的关键因素。

（一）个体负性自动思维十分明显

负性自动思维，就是在应激情境下，个体头脑中反复自动出现的思想和念头，是内容消极、与不良情绪联系在一起的一种思维流。它作为一种特定、抽象、自动出现且很难转变的认知，是介于外部事件和个体对事件的不良认知和情绪反应之间的那些思想。国内外研究专家认为，负性自动思维是人际压力与领悟性社会支持的中介。^[5]

在留守期间承受的心理压力如果未能在与父母的远程联系与沟通中，未能在与监护人以及周围亲戚朋友的交流中得到疏解，就会被留守者压在心底，用各种形式的外在伪装包裹起来，不轻易让别人知晓。这些负面效应积压起来，就容易形成负性的自动思维，进而影响大脑的信息加工，对父母外出打工的行为产生不理性的认知，甚至在思想上情绪上产生偏差，最终领悟到的人际支持度就很低。这些潜伏起来的不良情绪，一旦遇到类似的环境氛围就会被激活。

调查表明，留守者儿时的内在压力对长大后有一定的影响，儿时“压力很大”的占19%，“有一点压力”的为46%。在调查组的深入访谈中，部分曾经留守者不愿意别人知道这段经历，更排斥“留守儿童”这一标签。可见，幼年留守的经历不止在他们内心形成了负性自动思维，而且已经产生了一定程度的伤害。

（二）近端支持严重缺失

一是家庭亲情实质性缺位。调查数据显示，家庭收入主要依靠外出务工的大约占44%。由于家庭经济的原因，父母选择外出务工是无奈之举，导致留守儿童长时间处于父母缺位的状态中。调查中，有留守经历者占80%，其中父母在外务工4年以上者近67%。根据埃里克森（Erik H Erikson）的观点，这个时期正是培养儿童信任和主动感的关键期，如果得不到父母的关心和爱抚，容易对周围世界产生不信任感，或内心产生自卑感，这种心理发展的不健全会对儿童的成长产生长期影响。^[6]

80%的留守者在留守期间一直处于祖辈的看护下。祖辈文化水平低，给予的精神引导以及心理关爱都比较少，只能提供最基本的饮食起居上的照顾。陈旧的生活习惯、传统的思维惯性带来代际的“鸿沟”，留守者几乎很少和老人谈心，遇到学习、生活或心理上的困难，往往只能求助于父母和同学。如果这两方面都倾诉不畅，在长时间得不到排解的情况下，势必产生学习、生活或心理上的压力。调查表明，父母打工期间与留守孩子的联系次数，与当前留守经历大学生遇到烦恼时的倾诉情况有显著性正相关，而与父母回家的时间间隔关系不大。因此，父母亲情的实质性缺位，才会带来留守经历大学生人际关系的诸多问题，如内向、自卑、退缩、被动、顾虑、怀疑等。

二是伙伴友情支持不足。对留守儿童这一特殊群体而言，留守期间家庭亲情缺位导致的情感空缺，会倾向于由周围小伙伴的友情填补，但并不是所有同辈小伙伴的友情支持都是正面的。调查组深度访谈得知，留守期间融入的同辈小群体中，伙伴之间的行为以及自然形成的组织和规范往往有过激之处。这种非正式群体的领袖会对顺从自己的小伙伴偏袒，对不顺从自己的小伙伴进行各种条件下的“压制”。这种与主流文化相去甚远的“亚文化”，容易误导留守儿童人际关系的价值导向，潜移默化地影响到他们进入大学后的人际交往行为。另外，访谈中问及他们喜欢上学的原因为时，42%的答案是上学朋友多，有同龄人做伴；而儿时经历中印象最深刻的事情，与小伙伴有关的占28%。这进一步证实了留守大学生儿时亲情的缺失是通过友情来弥补的。数据显示，还有30%的留守者朋友较少甚至交不到朋友，这也在一定程度上显示其友情支持不足，为后来产生人际交往障碍埋下了伏笔。数据显示，留守经历大学生不太愿意主动向别人倾诉，而其中“从不向任何人倾诉”的占13%；只有大约14%的留守经历大学生愿意主动倾诉自己的烦恼，以此来获得支持与理解。

三是乡村邻里自顾不暇。留守经历大学生的家乡往往是打工流出集中地，农村的多数壮年劳动力

为生计选择外出打工，留守在家的基本是老人、妇女和儿童。每个家庭养育子女及耕种田地的负担都较重，往往很难有闲暇时间和精力照顾邻居。调查结果显示，43%的邻居之间没有过多的交往，仅仅是点头打招呼；37%的邻居在对方有特殊困难时才考虑关心和帮助。虽然古朴的村落里往往有“远亲不如近邻”的说法，但囿于农村的现实情况，加之家丑不能外扬的习俗，一般家庭纵使有困难，也不想给邻居添麻烦。

（三）远端支持效果不佳

一是学校教育忽视了情感和心理。留守期间，学校成为留守者最主要的社会化学习生活环境。然而，在学校里最主要的任务是学习文化知识，考试分数成为教师和家长们关注的焦点。解决留守者的情感缺失和心理焦虑问题，不是学校最主要的工作任务，也不是教师迫切要解决的问题。学校教育的大众性和乡村教师自身的困境，使得教师很难有精力针对留守者做一对一的辅导性教育。教师与学生的关系偏重于职业性传授知识的教育主体与客体，在情感交流、人际关系指导、心理安抚以及人生解惑释疑等方面力不从心。

二是乡村社会的精神支持长期空缺。十几年前，农村经济基础较为薄弱，文化设施建设长期空缺，留守儿童在成长过程中接触到的正规文化娱乐微乎其微，乡村社区能提供的仅是红白喜事以及传统佳节的一些习俗仪式。此外，当时能够提供支持和帮助的公益社会组织也还比较稀缺。安徽省公益组织也是近些年才开始发展和兴起，主要活动范围以城市为主，农村基本很少涉及。调查组5年前对安徽省巢湖、金寨、肥东、肥西等地农村社区留守儿童开展调查时发现，仅金寨革命老区有上海山魂公益组织开展的对口阅读公益项目，其他地区根本不知公益组织是何物，更谈不上受到帮助和引导。

四、社会支持理论下改善留守经历大学生人际交往的措施

（一）对个体的直接心理干预和疏导

RET 理性情绪疗法的核心理论是“ABC”理论，A（Activating event）代表诱发事件，B（Be-

lief）代表遇到诱发事件后产生的信念，C（Consequence）代表情绪和行为结果。调查组认为该模式比较适合留守经历大学生的人际关系心理疏导。这一群体身体和心理年轻、普遍文化水平较高、领悟力以及改变的意愿都比较强，因此会带来较好的干预效果。实践中，可使用整理治疗模型“ABCDE”进行心理干预，通过合理的信念D（Disputing）来驳斥不合理的认知和信念，从而改变原有信念和理念存在的偏差，产生有效的治疗效果E（Effect），使留守经历大学生的人际关系状况在情绪、认知和行为上得到积极改善。^[7]

这种治疗方法要求干预者具有很熟练的心理疏导技巧，通过摄入性会谈帮助留守经历大学生找出困扰情绪和行为的具体表现，并做好细致分析。在分析过程中，不要过度关注其留守经历，以免引起心理的不适；要通过内心感悟，对比性地了解情绪、认知和行为的关系。如果效果不明显，可以通过发挥合理情绪想象技术，感受不适情绪带来的失败情境；或通过自我管理、放松训练以及系统脱敏等方法，让留守经历大学生深刻地意识到产生情绪偏差的根源，努力减少非理性情绪，促进人际关系和谐发展。

（二）加强近端支持的情感呵护

一是父母亲情回归与感化。留守期间父母的时空缺位是无奈的选择，但这并不必然会淡化亲情，关键是让儿童感受到父母角色的实质性扮演。无论留守与否，对父母而言，只要能注重和子女的密切联系，关注其思想状况与生活动态，及时交流情感，适时地给予引导，就会增强儿童的理性认知，加强其亲社会的人际行为。只要保持儿童内心的安全与健康，即使父母不在身边，也不会影响他们内心的感受性陪伴，领悟到的社会支持更不会因留守而减少。当留守儿童步入大学，思维意识逐渐走向理性健全，再回首往事，绝大多数人能释怀曾经留守的经历。父母除了经济上学费、生活费的支持，还要让子女深切地感受到自己的操劳是为了下一代美好的未来。随着网络时代的到来，表达感情的方式更加多样化与便捷化，方便了亲子之间的情感表

达。父母既可以在分隔两地时有意识地将自己的辛劳以及对子女的牵挂与关心,用微信、QQ或者语音、图片等形式展现,又可以在家庭团聚时通过亲密接触让子女感受温情、强化亲情。通过不同情境中的亲情感化,留守大学生人际交往的正能量会随之增强,形成强烈的感恩情怀,意识到父母的艰辛,从而发愤图强,回报父母、家庭与社会。

二是同辈群体的引导和支持。根据与留守经历大学生群体相似的生活经历、成长环境、兴趣爱好、价值观念以及生活习惯等,巧妙发挥同辈群体同命相怜的优势,募集有公益情怀、乐于助人的青年志愿者,通过教育培训,使其成为能对留守经历大学生进行有效引导的帮扶工作者。同辈引导者通过发挥共情、同理心等社工技巧,给予留守经历大学生足够的尊重和理解,从而建立起良好的心理疏导氛围,使其内心的困惑与痛点适时得到宣泄,达到舒缓心理压力的目的。更为关键的是,同辈引导者还可以把自己有效的生活经验和良好的学习方法共享给他人,通过榜样的示范效应达到群体带动的效果。^[8]

(三) 完善远端支持的外在氛围

一要营造积极向上的良好校园环境。针对留守大学生这个特殊群体,高校如果刻意给予特殊关照,就容易刺激其敏感的内心。只有创造良好的人性化的校园氛围,才能使其在耳濡目染中感受关怀与温暖,达到“随风潜入夜,润物细无声”的效果。如,丰富校园文化体育活动、创办形式多样的校园社团、完善勤工俭学制度、规范奖助学金的评选、建立评优奖励制度,激发人生正能量,激励家庭条件较差的农村子弟奋发图强,提升个人能力,成为品学兼优的优秀学生。

二要建立温馨和谐的宿舍人际关系。大学生宿舍人际关系是大学生社会人际关系的缩影。大学生约一半的时间是在宿舍度过的,在长时间的相处中,宿舍环境对留守经历大学生具有最为直接且潜移默化的影响。室友们来自不同的地区,有不同的生活习惯及价值观念,加上宿舍生活的日常化、琐碎化,产生各类矛盾在所难免。因此,学校要在新

生进校之初就开展宣传、教育和引导,积极培养大学生的爱心意识、担当意识和包容意识,形成情感交融、和睦相处、合作共赢的性格导向和人格魅力。此外,可以组织丰富多彩的宿舍文化活动,增强宿舍内部的凝聚力、认同感和归属感,形成和谐温馨的氛围,让留守大学生找到温暖如家的感觉。

三要发挥公益社会组织的大爱功能。留守儿童这一特殊群体进入大学时,正值安徽省公益社会组织如雨后春笋般蓬勃发展。目前,社会组织公益服务的领域越来越广,留守儿童是其重要的服务对象。对留守经历大学生而言,自己童年的留守经历虽不可弥补,但是用自己的绵薄之力给正处于留守阶段的孩子以帮扶和关爱,这对志愿者和被帮扶者而言都意义非凡。通过这种公益服务,感受人间大爱,砥砺道德品质,提升社会责任感,有益于人际关系的强化。学校也可以与社会组织合作,开发一些专门针对留守经历大学生的公益服务项目,让这一群体因为参与专业性的公益服务而实现自我更好的成长。

参考文献:

- [1] Ramsey, S. A., Greenberg, J. S. Evaluation of Self-instructional Program in Stress Management for College Students[J]. Health Education, 1989(20): 8.
- [2] 张鼎昆, 方俐洛, 凌文铨. 自我效能感的理论及研究现状[J]. 心理科学进展, 1999(1): 39.
- [3] 梁日宁. 和谐宿舍的构建从“心”教育开始[J]. 高教学刊, 2016(5): 255.
- [4] 雷鹏, 陈旭, 关幼萌. 中国留守儿童社会支持系统研究述评[J]. 长江师范学院学报, 2010(11): 148-149.
- [5] 许志红. 大学生人际关系问题研究——基于压力与应对的视角[M]. 北京: 中国社会科学出版社, 2012: 180.
- [6] 唐胜蓝, 肖芳辛, 培娜. 留守经历对大学生人际交往能力的影响[J]. 社会心理科学, 2013(5): 45.
- [7] 陈世海. 留守儿童社会服务方法[M]. 北京: 中央编译出版社, 2015: 137.
- [8] 李霞, 陈虹. 示范院校留守经历大学新生心理健康现状调查及教育对策[J]. 教育评论, 2017(7): 99.